

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детская школа искусств № 1» городского округа «Город Белгород»

Дополнительная предпрофессиональная программа
в области хореографического искусства
«Хореографическое творчество»
Срок реализации – 5 лет

Рабочая программа учебного предмета
ПО. 01. УП. 01.
«Ритмика»

г. Белгород, 2026 г.

Рассмотрено на заседании Педагогического совета
Протокол № 1 от 14 августа 2026 года

Разработчик:

Ляшенко Г.И., преподаватель высшей квалификационной категории МБУ
ДО ДШИ № 1 г. Белгорода

Структура программы учебного предмета

- I. Пояснительная записка
- II. Содержание учебного предмета
- III. Формы и методы контроля
- IV. Система оценок
- V. Методическое обеспечение учебного предмета
- VI. Список рекомендуемой нотной и методической литературы

I. Пояснительная записка

1. Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе

Программа учебного предмета «Ритмика» создана в соответствии с федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структуре и условиям реализации дополнительной предпрофессиональной программы в области хореографического искусства «Хореографическое творчество» и срокам обучения по этой программе, утвержденными Приказом Министерства культуры РФ №164 от 30 января 2026 года.

Программа является частью дополнительной предпрофессиональной программы в области хореографического искусства «Хореографическое творчество». Учебный предмет «Ритмика» относится к обязательной части.

Основная цель дополнительных предпрофессиональных программ в области хореографического искусства, разработанных в ДМШ № 1 г. Белгорода, заключается в приобщении детей к хореографическому искусству, развитии их творческих способностей и приобретении ими начальных профессиональных навыков.

Программа направлена на приобретение детьми знаний, умений и навыков в области хореографического творчества, а также на эстетическое воспитание и духовно-нравственное развитие обучающихся.

Данная программа по предмету «Ритмика» составлена на основе богатейшего опыта в области музыкально-ритмического воспитания детей.

Основным критерием для составления данной программы учебного предмета является ориентирование на учащихся, которые пройдут полный курс обучения в рамках ДМШ № 1 г. Белгорода, поскольку предмет «Ритмика» является одним из первых ступеней начального обучения в дополнительном хореографическом образовании детей.

Настоящая программа используется на отделении хореографии ДМШ № 1 г. Белгорода. Каждый преподаватель, при составлении индивидуальных планов, вправе использовать предложенный материал достаточно гибко.

2. *Срок реализации программы* для детей, поступивших в школу в первый класс в возрасте с шести лет шести месяцев до девяти, составляет 1 год.

3. *Объем учебного времени*, предусмотренный учебным планом школы на реализацию учебного предмета «Танец» составляет 70 часов и включает в себя аудиторную нагрузку и консультации по учебному предмету.

4. *Форма проведения учебных аудиторных занятий* – групповая (от 11 человек) или мелкогрупповая (от 4 до 10 человек). В зависимости от количества обучающихся возможно перераспределение ансамблевых групп.

5. *Цели и задачи учебного предмета*

Целью программы является создание условий для социальной адаптации и развития личности обучающегося, способного к творческому самовыражению через приобщение его к музыкальному искусству и овладение основами музыкально-ритмических движений, мобилизуя психические и интеллектуальные возможности.

Задачи:

Образовательные:

- формирование музыкально-ритмических, танцевальных навыков;
- формирование умения воспринимать развитие музыкальных образов и выражать их в движениях, согласовывать движения с характером музыки, наиболее яркими средствами выразительности;
- развитие музыкального кругозора и познавательного интереса к искусству;
- формирование художественного вкуса;
- способствовать практическому усвоению элементарных музыкальных знаний.

Развивающие:

- развитие музыкальных способностей (музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти);
- развитие двигательных качеств и умений координировать движения; обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений;
- развитие умения ориентироваться в пространстве;
- развитие внимательности, наблюдательности, творческого воображения, фантазии путем музыкально - игрового материала и импровизации;
- развитие творческого потенциала обучающихся и самовыражения через танец.

Воспитательные:

- воспитание в детях чувства коллективного творчества, ответственности, трудолюбия;
- приобщение детей к здоровому образу жизни и гармонии тела.
- формирование качеств, способствующих самоутверждению личности: самостоятельности и свободы творческого мышления, ассоциативного воображения, индивидуальности восприятия.
- Приобщение детей к великому и прекрасному хореографическому искусству.

6. Обоснование структуры рабочей программы учебного предмета «Ритмика»: обоснованием структуры рабочей программы являются ФГТ, отражающие все аспекты работы преподавателя с учеником. Программа содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;
- распределение учебного материала по годам обучения;
- описание дидактических единиц учебного предмета;
- требования к уровню подготовки обучающихся;
- формы и методы контроля, система оценок, фонды оценочных средств;
- методическое обеспечение учебного процесса.

В соответствии с данными направлениями строится основной раздел программы «Содержание учебного предмета».

7. Методы обучения

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

- словесный (рассказ, беседа, объяснение);
- наглядный (наблюдение, демонстрация);
- практический (упражнения воспроизводящие и творческие).

8. Описание материально-технических условий для реализации учебного предмета

Материально-техническая база образовательного учреждения соответствует санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда. Для успешной реализации учебного предмета имеются:

- театрально-концертный зал с акустическим роялем или акустическим пианино, пультами, светотехническим и звукотехническим оборудованием;
- библиотека;
- помещения для работы со специализированными материалами (фонотека, видеотека, фильмотека, просмотровый видеозал);
- учебные аудитории для групповых, мелкогрупповых и индивидуальных занятий;
- костюмерная, располагающая необходимым количеством костюмов для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений;
- балетные залы площадью не менее 33 кв.м. (от 11 обучающихся в расчёте 3 кв.м. на обучающегося), имеющие пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие, балетные станки (палки) длиной не менее 25 погонных метров вдоль трёх стен, зеркала размером 7 метров x 2 метра на одной стене;
- раздевалки и душевые для обучающихся и преподавателей.

II. Содержание учебного предмета

Настоящая программа отражает разнообразие хореографического репертуара, подчёркивает академическую направленность обучения, базирующуюся на строгой методической последовательности и профессиональных требованиях. Предусмотрен индивидуальный подход: программа может существенно различаться по уровню сложности — с учётом физических данных, технической оснащённости и артистических способностей каждого ученика. Учебный материал системно распределён по годам обучения: каждый класс решает свой круг дидактических задач и обеспечен чётко определённым объёмом учебного времени для полноценного освоения техники, музыкальной выразительности и сценической практики.

Годовые требования по классам

Предмет является основополагающим в формировании мировоззрения обучающихся в области музыкально- ритмического воспитания, определяет знания начального этапа в области хореографического искусства, его традиций, терминологии. Учебный материал распределяется по годам обучения - классам. Каждый класс имеет свои дидактические задачи, объем времени, предусмотренный для освоения учебного материала, согласно ФГТ.

Содержание учебного предмета «Ритмика» включает в себя следующие разделы:

1. Выразительные средства музыкального произведения и их связь с движением;
2. Метроритм в музыке и его двигательное воспроизведение;
- 3.Строение музыкального произведения;
4. Основы обучения классическому танцу;
5. Освоение основных движений народной хореографии;
6. Игровая гимнастика
7. Активизация творческих способностей детей;
8. Работа над музыкально-пространственными композициями;
9. Итоговые занятия как завершающая форма контроля.

№п/п	Наименование разделов	Количество часов
		1 класс
1.	Выразительные средства музыкального произведения и их связь с движением;	7

2.	Метроритм в музыке и его двигательное воспроизведение;	7
3.	Строение музыкального произведения;	4
4.	Основы обучения классическому танцу;	17
5.	Освоение основных движений народной хореографии;	10
6.	Игровая гимнастика Активизация творческих способностей детей;	6
7.	Работа над музыкально-пространственными композициями	11
8.	Итоговые занятия как завершающая форма контроля (контрольный урок)	4
	ИТОГО:	66

Учебно-тематический план по разделам:

Раздел 1. Выразительные средства музыкального произведения и их связь с движением: (динамика, темп, характер, регистровая и ладовая окраска музыкального произведения)

Понятие о динамике музыкального произведения. Виды динамических оттенков в музыке (очень тихо, тихо, умеренно, быстро, громко, очень громко).

Понятие о темпе музыкального произведения. Виды выразительного значения темпа музыки.

Понятие о ладовой окраске музыкального произведения. Определение лада. Понятие о мелодии. Понятие легато (связанно) и стаккато (отрывисто) в музыке и движении.

Понятие о характере музыкального произведения. Определение характера музыки. Отражение в движении разнообразных оттенков характера музыкальных произведений

Понятие о регистре в музыке. Определение регистра в музыке.

Раздел 2. Метроритм в музыке и его двигательное воспроизведение

Понятие о сильной и слабой доле в музыке. Понятие об акценте в музыке. Варианты отражения данной темы в упражнениях с предметами, движениях, играх.

Ритм как соотношение сильных и слабых долей. Ритмический рисунок как вариации длительностей нот.

Длительность - как одно из основных свойств музыкального звука. Соотношение длительностей нот с танцевальными шагами. Понятие о паузах и их длительностях.

Понятие о музыкальном размере (марш 4/4, вальс 3/4, полька 2/4). Затакт как неполная доля такта.

Раздел 3. Строение музыкального произведения

Понятие о вступлении, кульминации, финале и воспроизведение данной темы в различных формах хореографического обучения.

Понятие о музыкальной фразе, предложении, музыкально-ритмические упражнения и игры на определение структуры музыкального произведения.

Раздел 4. Основы обучения классическому танцу

Основное положение корпуса, позиции ног. Строение корпуса и ноги. Понятие о подтянутых мышцах, выворотности и устойчивости. Позиции рук. Строение руки. Положение кисти. Понятие *préparations* в классическом танце.

Demi plié; Методика исполнения движения, его характер и музыкальный размер.

Relevé на полупальцы; Методика исполнения движения, его характер и музыкальный размер.

Основные положения корпуса. Положение прямо (*en face*), спиной и в профиль к зрителю, основные положения корпуса в полуоборот (*epaulement*).

Battement tendu во всех направлениях из 1 п. лицом к станку

Понятие о работающей и опорной ноге. *Battement tendu* с *demi plies*.

Battement tendu во всех направлениях из 5 п. у станка. Методика исполнения движения, его характер и музыкальный размер. *Battement tendu* с *demi plies*.

Battement tendu jete во всех направлениях из 1п. у станка. Методика исполнения движения, его характер и музыкальный размер.

Battement tendu jete во всех направлениях из 5 п. у станка. Методика исполнения движения, его характер и музыкальный размер.

Port de bra рук. Методика исполнения I port de bra рук, характер исполнения и музыкальный размер;

Подготовка к полуповоротам и поворотам. Понятие о точке вращения.

Танцевальные шаги (по выбору педагога); Методика исполнения движений, их характер и музыкальный размер.

Прыжки (по выбору педагога); Методика исполнения прыжков, их характер и музыкальный размер.

Понятие о сценической культуре.

Раздел 5. Освоение основных движений народной хореографии

Основные положения рук и ног в русском танце. Особенности русского танца. Положение «руки на талию». Подготовка к началу движения.

Танцевальные шаги (по усмотрению педагога).

Шаг с подскоком, методика исполнения движения, его характер и музыкальный размер.

Хороводный шаг; методика исполнения движения, его характер и музыкальный размер.

Притопы, методика исполнения движений, их характер и музыкальный размер.

Танцевальный бег, его варианты.

Подготовительные упражнения к припаданию.

Подготовительные упражнения к «ковырялочке», понятие «носок-каблук».

Прыжки (варианты прыжков по усмотрению педагога).

Раздел 6. Освоение игровой гимнастики

Развитие «мышечного чувства». Понятие об исходном положении.

Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставно-связочного аппарата.

Игровой партерный экзерсис.

Упражнения с предметами. Использование предметов в музыкально-ритмических упражнениях и играх. Методика выполнения прыжков на скакалке.

Раздел 7. Активизация творческих способностей детей;

Музыкально-ритмическая импровизация. Понятие об импровизации.

Музыкально-ритмические упражнения и игры на **самостоятельное** создание вариантов ритма.

Музыкально-ритмические упражнения и игры на **самостоятельное** создание двигательного образа; понятие образа в хореографическом искусстве.

Раздел 8. Работа над музыкально-пространственными композициями

Основное построение детей на уроке. Интервалы в построении на середине и у станка.

Построение в колонну, шеренгу; Определение колонны и шеренги. Построение в круг, использование круга в музыкально-ритмических упражнениях и играх. Понятие квадрата, точки класса (план А. Я. Вагановой). Построение в диагональ, понятие диагонали. Понятие о танцевальном рисунке. Сценическая площадка. Положения в парах (на выбор педагога).

III. Формы и методы контроля

Аттестация: цели, виды, форма, содержание

Контроль за результатами учебной деятельности и его анализ позволяет определить эффективность образовательной работы, уровень развития музыкальных и творческих способностей обучающихся. Текущий контроль осуществляется в процессе усвоения каждой изучаемой темы. Основная форма контроля на уроках - фронтальный опрос и наблюдение, позволяющие осуществить проверку знаний, выявить уровень умений и навыков каждого обучающегося, определить эффективность ведения образовательной деятельности.

Рубежный контроль проводится в конце четверти в форме **открытого контрольного урока** и помогает определить уровень усвоения программного материала, творческий рост активности обучающихся, оценить результаты, внести изменения в учебный процесс. Контрольный (открытый) урок должен включать отдельные фрагменты всех разделов программы и представлять собой законченный по форме музыкально-ритмический и танцевальный материал, соответствующий требованиям класса.

Подведение итогов реализации данной программы осуществляется в конце учебного года в форме дифференцированного зачета. Форма и содержание контрольного (открытого) урока, дифференцированного зачета определяется преподавателем.

IV. Система оценок

Требования к уровню подготовки обучающихся

Предполагаемые результаты освоения программы:

Выразительные средства музыкального произведения и их связь с движением:

- а) двигаться в соответствии с характером, темпом, динамическими оттенками музыкального произведения;
- б) узнавать высокий и низкий регистры, и реагировать движениями на переход из одного регистра в другой;
- в) реагировать на ладовый контраст музыкального произведения;
- г) исполнять образные упражнения.

Метроритм в музыке и его двигательное воспроизведение:

- а) ощущать и выделять сильные доли тактов;
- б) определять на слух 2-хдольный и 3-хдольный метр;
- г) различать и передавать в движении длительности (четверти, восьмые, половинные), несложные ритмические рисунки, уметь исполнять их движениями - бегом, хлопками, шагами, прыжками;
- д) исполнять речевые упражнения.

Строение музыкального произведения:

- а) различать в музыкальной драматургии вступление, кульминацию, финал.
- б) двигаться согласно музыкальной фразе или предложения и уметь выделять их в музыкальном произведении, различать вступление и заключение, и уметь использовать его как сигнал к действию.

Основы обучения классическому и народно-сценическому танцу:

- а) освоить постановку корпуса и его основные положения,
- б) знать позиции ног и рук;
- в) знать основные элементарные формы движений классического и народно-сценического танца, предлагаемые в учебно-тематическом плане,
- г) исполнять танцевальные этюды, построенные на элементарных

танцевальных шагах и движениях,
д) знать методику исполнения прыжков и танцевальные традиции.

Игровая гимнастика:

- а) разучить исходные положения гимнастических упражнений с предметами и без предметов;
- б) знать упражнения партерного экзерсиса;
- в) знать соответствующую терминологию анатомического строения тела и использовать ее в ответах;
- г) уметь работать с предлагаемыми предметами (мяч, скакалка, платочки, флажки и т.д.).

Активизация творческих способностей детей:

- а) сочинять и подбирать свои выразительные движения на знакомый ритм;
- б) самостоятельно создавать тот или иной двигательный образ;
- в) импровизировать под музыку.

Работа над музыкально-пространственными композициями

- а) освоить основные построения на уроке;
- б) свободно ориентироваться в пространстве, выполняя построения и перестроения;
- в) знать основные положения в паре.

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения;
4 («хорошо»)	отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном)
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка, незнание методики исполнения того или иного движения, малохудожественное исполнение, отсутствие свободы в игровых и хореографических этюдах и т.д.
2 («неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием плохой посещаемости аудиторных занятий и нежеланием работать над собой

«зачет» (без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.
-----------------------	--

V. Методическое обеспечение учебного процесса

Музыкальное оформление урока является основой музыкально-ритмического воспитания и влияет на развитие музыкальной культуры обучающихся. Музыкальное оформление должно быть разнообразным и качественно исполненным, будь то работа концертмейстера или звучание фонограммы.

Музыкальное произведение (фрагмент) подбирается к каждой части урока, определяется его структура, темп, ритмический рисунок, характер. Мелодии должны быть простыми, но не примитивными и не монотонными.

В оформлении урока можно использовать:

- классическую музыку русских и зарубежных композиторов;
- народную музыку;
- музыку в современных ритмах.

Музыкальный материал должен быть:

- доступным по форме, жанру, стилю и характеру для восприятия детьми младшего школьного возраста;
- иметь выразительную мелодию и четкую фразировку;
- быть близким по содержанию детским интересам.

VI. Учебно-методическое и информационное обеспечение

Список основной литературы

1. Андреева М., Конорова Е. Первые шаги в музыке. – М.: Музыка, 1968.
2. Бырченко Т., Франио Г. Хрестоматия по сольфеджио и ритмике. - М.: Композитор, 1993.
3. Боровик Т. Сборник ритмодекламаций «Ритмы и рифмы» - Брест: издатель С.Б. Лавров, 2002.
4. Жигалко Е., Казанская Е. Музыка, фантазия, игра - Санкт-Петербург: издательство «Композитор», 1999 .
5. Жилин В. «Речевые упражнения», М.: Музыка, 2000 .
6. Заводина И. Методическое пособие по ритмике – М.: Музыка, 1999 .
7. Лифиц И.В. Ритмика. – М.: издательский центр «Академия», 1999 .
8. Минеева Л.И. Музыка для ритмики.
9. Чернова В.И. Музыкальная метроритмическая азбука. - Новосибирск, «Книжица», 1997 .
10. 10.Франио Г., Лифиц И. Методическое пособие по ритмике.

11. Климов А.А. «Основы русского народного танца». Москва: «Искусство», 1981.
12. Ваганова А.Я. «Основы классического танца» Москва: «Искусство», 1987.